

Киокусинкай Каратэ-До



ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВО РНФКК В РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Открытое Первенство и Чемпионат города Ростова-на-Дону по Киокусинкай каратэ



Открытое Первенство и Чемпионат города Ростова-на-Дону прошли 2 декабря на базе МБОУ ДОД «ДЮСШ №11 г. Ростова-на-Дону». В турнире принимали участие 150 спортсменов, представлявшие 14 команд из Краснодарского края, Волгоградской и Ростовской области. Соревнования по ката собрали 75 спортсменов, что для данного раздела соревнований значительно превышало количество участников предыдущих турниров по ката. В разделе кумитэ выступили 70 бойцов в возрасте от 12 до 35 лет. Мужчины и женщины соревновались в абсолютных весовых категориях.

По мнению гостей, соревнования оставили самые наилучшие впечатления. За последние годы вообще в г. Ростове на Дону, эти соревнования отличились прекрасной организованностью и отлаженной работой секретариата. Никакой суеты и ровный ход поединков. Конечно, пылали страсти болельщиков, но все без лишних эмоций и выкриков. Важно заметить, адекватное и не предвзятое судейство. Вообще, это первый турнир, на котором, не

было негатива в адрес работы судей. Много было ярких и впечатляющих поединков, на которых спортсмены демонстрировали прекрасную технику и волевые качества. Было очевидно, что за последний год уровень мастерства спортсменов серьезно возрос, а это значит, что в ближайшем будущем Ростовские спортсмены составят реальную конкуренцию лидирующим регионам.

По результатам соревнований сформирована сборная команда Ростовской области для участия во Всероссийских и международных турнирах в 2013 году. Спортсменам ставшим призерами турнира будут присвоены спортивные разряды в соответствии с нормативами Министерства спорта Российской Федерации.

Организаторами соревнований было учреждено три командных места.

Первое место - команда ст. Вёшенская

Второе место - команда г. Новобатайска

Третье место - команда г. Ростова на Дону

РОСТОВСКИЙ ПРОРЫВ ОТКРЫТОЕ ПЕРВЕНСТВО ЮФО

07-09.12.2012г. В Краснодаре прошло Первенство Южного Федерального округа по киокусинкай (разделы кумитэ и ката). В соревнованиях принимали участие 376

спортсменов из всех регионов ЮФО и республик Северного Кавказа. Сборная команда Ростовской области в составе 24 человек заняла второе место в командном

зачете, завоевав шесть первых, четыре вторых и семь третьих мест. Многими специалистами был отмечен высокий уровень подготовки ростовской команды. К наградам сборной был добавлен диплом «Лучшему судье Первенства ЮФО», которым был награжден президент Ростовской Ассоциации Киокусинкай Олег Захаров.

Успех нашей сборной команды, по настоящему можно назвать - прорыв. Наши ребята, обошли сильнейшие команды Чечни, Дагестана, Астраханской области. Ещё год назад об этом даже не приходилось и мечтать.

Это нельзя назвать случайностью, это результат усердных тренировок. Несомненно, самый мощный импульс для выхода Ростовских спортсменов на такой уровень дали в совокупности - ставшие уже традиционными спортивные лагеря, спортивные сборы и стабильное участие наших спортсменов в товарищеских встречах и в соревнованиях различного уровня.

Хочется ещё сказать, что

команда Ростовской области на этих соревнованиях выглядела очень уверенно, как никогда была сплоченной, и ребята поддерживали друг друга. В успешном результате сработало много факторов, это подготовка спортсменов, моральный настрой и конечно же поддержка команды.

Каждый тренер, должен сделать правильные выводы. Только в здоровой конкуренции, только в плотном и взаимном сотрудничестве мы сможем сделать ещё много шагов вперёд и вывести наших спортсменов к победам.

Не всё зависит от тренера, важно ещё непосредственное родительское участие. Если родители считают, что привели ребёнка в зал, и на этом всё, это заблуждение. Воспитание ребёнка и его развитие зависит напрямую от родительского участия.

Стоит обратить внимание, что результат дают именно те спортсмены, чьи родители принимают участие в его спортивной деятельности. Так будет и в жизни.

В РАЗДЕЛЕ КУМИТЭ

1 места заняли:

Афонин Денис
Маилян Завет
Тесленко Евгения
Бугаева Татьяна
Мельникова Елена
Жекривецкая Татьяна

2 места заняли:

Климов Александр
Кривошлыкова Елизавета
Голованов Антон
Цой Владислав

3 места заняли:

Самодуров Олег
Тян Дмитрий
Дядечко Дмитрий
Пилосян Владимир

В РАЗДЕЛЕ КАТА

3 места заняли:

Бугаева Татьяна
Мельникова Елена
Кривошлыкова Елизавета



вручение диплома
«Лучший судья Первенство ЮФО»

Показательные выступления клуба «Азак Ояма Каратэ»

Мы уже обращали внимание, что в городе Азове активно ведёт работу спортивный клуб «АЗАК ОЯМА КАРАТЭ», тренер - Семёшин Андрей. Очень много вкладывает Андрей сил и души в развитие Киокусинкай каратэ в г. Азове, и по привлечению детей и подростков к здоровому образу жизни.



12 декабря 2012 года по приглашению Ростовской региональной культурно-оздоровительной общественной организации «Здоровая планета» в спортивном зале МОСШ №13 города Азова прошли показательные выступления клуба «Азак Ояма Каратэ». В программе показательных выступлений были продемонстрированы базовые аспекты тренировочного процесса Киокусинкай каратэ, техника кихон, ката, кумите, а также был проведен мастер класс ударных комбинаций и спарринговых связок. Огромная благодарность спортсменам, кто приняли участие в этом мероприятии. **Молодцы ребята! Вы наше будущее! Вы лицо Киокусинкай Каратэ!**



ГОРОДСКОЙ ФЕСТИВАЛЬ БОЕВЫХ ИСКУССТВ

14.12.2012г. В Ростове-на-Дону завершился финальный этап Городского Фестиваля боевых искусств. В фестивале принимали участие лучшие спортсмены, призеры городских, областных и всероссийских турниров — представители самбо, тхэквондо, кудо, киокусинкай. В программу мероприятия входили поединки по спортивным единоборствам и показательные выступления. В поединках

киокусинкай первое место занял Резниченко Андрей, второе - Рубцов Никита, третье — Вещиков Иван. За большой вклад в развитие киокусинкай дипломом Управления по физической культуре и спорта города Ростова-на-Дону наградили отделение киокусинкай МБОУ ДОД «ДЮСШ №11 г.Ростова-на-Дону», спортсмены которого стали призерами фестиваля.



ЭКЗАМЕНЫ НА ПОЯСА В СТАНИЦЕ ВЁШЕНСКОЙ



15-17.12.2012г. В Шолоховском районе Ростовской области прошел кю-тест, в котором принимали участие 46 спортсменов — воспитанников Шолоховской ДЮСШ (тренер Доброхотов Павел Генрихович). Экзамен проводился в два этапа. В первый день прошли обязательные кумитэ, спортсмены сдавали бои в кругу, каждый провел от 5 до 10 поединков. Второй день кю-теста включал проверку кихон, ката, ОФП. Экзаменационной комиссией отмечен высокий уровень подготовки спортсменов Шолоховского района. Все ребята сдававшие на 5-4 ю являлись чемпионами и призерами первенств области, ЮФО, России.



На заметку тренеру. Из беседы с Олегом Захаровым, автором книги

«Секретные техники бойцов спецподразделений: построение индивидуальной боевой системы»

... продолжение, начало в предыдущем номере.

Что же касается приоритетных направлений в подготовке бойца, то считаю очень важным гармоничное развитие всех перечисленных составляющих. Естественно необходимо понимать, что физические и психологические свойства бойца определены генетически, хотя конечно возможно их развитие. Ответ на этот вопрос действительно индивидуален, приоритет в развитии этих качеств необходимо определять исходя из исходных характеристик конкретного бойца.

Также возможны различные варианты ответа на этот вопрос в зависимости от практики занимающегося, т. е. если это спорт в чистом виде, то приоритеты можно расставить так: психика, физика, технико-тактическая подготовка. Если речь идет о боевом искусстве, тогда психологическая подготовка остается на первом месте, на второе поставим технико-тактическую подготовку и на третье место физическую подготовку бойца. Ведь ни для кого не секрет, что многие мастера боевых искусств оставались грозными бойцами до преклонного возраста, несмотря на постепенное угасание физических качеств.

3. Какие из технических средств, используемых в тренировочном процессе, Вы считаете наиболее эффективными для развития силовых и скоростных характеристик бойца?

В настоящее время существует очень много различных методик и технических средств для развития физических качеств бойца, в том числе силы и скорости. Все зависит от возможностей занимающихся, имеющих тренировочных снарядов. Также важно учесть специфику практикуемого боевого искусства — если это борьба, то необходимо приоритетное развитие одних групп мышц (предплечья, бицепс, мышцы спины), если ударное единоборство — других (трицепс, грудь, плечи, мышцы передней поверхности бедра). При подготовке моих учеников я периодически меняю средства подготовки. В настоящее время очень часто используем работу с

медицинболом в парах, отработку ударов на снарядах (лапы, макивары, тяжелый мешок). Причем работу на снарядах постепенно усложняем использованием жгутов и утяжелителей, одеваемых на бьющие конечности.

Многие из тренировочных методов были подробно описаны в книге. После выхода книги я получил очень много отзывов от читателей, которые хотели более детально ознакомиться

с различными методиками тренировок. Осуществляя их пожелания, я реализовал новый проект — серия электронных книг «Библиотека бойца». Преимущества электронных книг в том, что любители боевых искусств в любой точке земного шара, имея доступ в интернет, имеют возможность получить качественную, научно обоснованную и реализуемую на практике методику, которую смогут включить в свою тренировочную программу. Каждая из книг подробно рассказывает об определенных сторонах подготовки. Возвращаясь к вопросу, скажу, что в этой серии одна из книг даст развернутый ответ на эту тему, она так и называется «Скоростно-силовая подготовка бойца».

4. В среде профессионалов существует мнение, что для подготовки практического бойца необходимо, в первую очередь, работать с тренажерами и спарринг-партнерами, изучение же ката или «бой с тенью» — «отжившие формы», пустая трата времени. Можете ли Вы показать место этих форм тренировки в практической подготовке бойца, так сказать попытаться «встроить» их в схему подготовки бойца за короткий срок?

Это зависит от того, какие школы боевых искусств практикуют эти практические бойцы. Если речь идет о вооруженном поединке, работать со спарринг-партнерами с боевым оружием на реальной скорости и в полный контакт не представляется возможным

продолжение в следующем номере